

PALVELUASUNTOJEN RUOKALISTA / Viikko 1, v. 2018

=Kotikeskus, Suvantokodit, Niittykodit ja Mattilan palvelutalo

VL = vähälaktoosinen, L = laktoositon, G = gluteeniton, M = maidoton

Kiertävän ruokalistan lista nro 1

I Vko 1	Ateria	Maanantai 1.1. Uudenvuoden- päivä	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai 6.1. Loppiainen	Sunnuntai
	Aamupala	Ruishiutalepuuro, M tuoremehu maito, leipä lihahyytelö, kahvi	Luumukaura- puuro, M tuoremehu maito, leipä juusto, kahvi	Vehnähiutale- puuro, M tuoremehu maito, leipä leikkele, kahvi *hedelmäkori	Ohrahiutale- puuro, L tuoremehu maito, leipä leikkele / silli, kahvi	4-viljanpuuro, M tuoremehu maito, leipä kananmuna, kahvi	Kaurapuuro, M tuoremehu maito, leipä marjasose, kahvi	Vehnähiutale- puuro, M tuoremehu maito, leipä leikkele, kahvi
	Lounas	Mantelikala, L perunat, kermakastike, L hedelmäinen salaatti Marjarahka, G, L	Nakkikeitto, G, M juusto Hedelmäinen puuro, M	Broilerikastike, M perunat salaatti mustaherukkahillo Mansikka- Raparperikiisseli, G, M	Italianpata, M vihersalaatti Sitruunavanukas G, M	Lohikeitto, G, L juusto Puolukkapuuro, M	Broilerinleike, G, L perunat currykastike suvisalaatti Vadelmakiisseli, G, M	Palapaisti, M perunat salaatti Sekahedelmä-/ sesongin mukainen kiisseli, G, M
	Päiväkahvi	Kahvi / tee raparperihyve-kakku	Kahvi / tee pikkupulla	Kahvi / tee jäätelöpikari	Kahvi / tee täytepitko	Kahvi / tee munkki	Kahvi / tee piirakka/ kääretorttu tms.	Kahvi / tee piirakka/ kääretorttu tms.
	Päivällinen	Mannapuuro leikkele Punaherukkakiisseli, G, M	Kalakeitto, G, L maksamakkara Vanukas, G, VL	Makkarakeitto, G, M juusto, tuorepala Ruusunmarja- kiisseli, G, M	Juusseose- keitto, G, L karjalanpiirakka Mustaherukka- kiisseli, G, M	Jauhelihakeitto, G, M sämpylä Mansikkakiisseli, G, M	Ohrasuorimopuuro leikkele, tuorepala Persikkakiisseli, G, M	Riisipuuro, G leikkele Karpalokiisseli, G, M
	Iltapala	Kiisseli, G, M leipä, maito	Viili, kiisseli, G, M leipä, maito	Kiisseli, G, M leipä, maito	Jogurtti, kiisseli, G, M leipä, maito	Smoothie leipä, maito	Kiisseli, G, M leipä, maito	Kiisseli, G, M leipä, maito

*Lisäksi lounaalla ja päivällisellä tarjolla: ruokajuoma, leipä ja ravintorasva

*Hedelmäkori = hedelmiä osastoille / koteihin